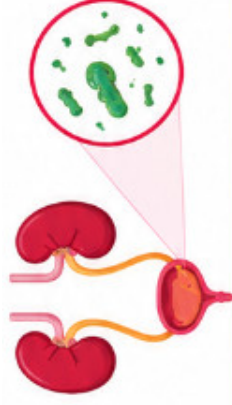




clínicasabortos.mx

INFECCIÓN DE ORINA



+ TRATAMIENTO

El tratamiento adecuado ayuda a eliminar la infección, aliviar los síntomas y prevenir complicaciones.



ANTIBIÓTICOS

Son el tratamiento principal. Es importante tomar el medicamento completo según lo indicado por el médico, incluso si los síntomas desaparecen.



HIDRATACIÓN

Beber mucha agua ayuda a eliminar las bacterias del sistema urinario.



REPOSO

Descansar y evitar esfuerzos puede acelerar la recuperación.



ALIVIO DE SÍNTOMAS

El médico puede recomendar analgésicos para reducir el dolor o la fiebre.



Consulta a tu médico si los síntomas empeoran, persisten por más de 2 días o si presentas fiebre alta o dolor en la espalda.



PREVENCIÓN

Adoptar hábitos saludables puede reducir el riesgo de infecciones urinarias.



BEBE SUFICIENTE AGUA

Ayuda a eliminar bacterias del sistema urinario.



HIGIENE ADECUADA

Limpiate de adelante hacia atrás después de ir al baño.



NO RETENGAS LA ORINA

Orina cuando lo necesites.



USA ROPA INTERIOR DE ALGODÓN

Y evita prendas muy ajustadas.



ORINA DESPUÉS DE TENER RELACIONES

Puede ayudar a eliminar bacterias.



EVITA IRRITANTES

Como jabones fuertes, duchas vaginales y productos perfumados.



CONSUME ARÁNDANOS (O PRODUCTOS NATURALES)

Pueden ayudar a prevenir infecciones recurrentes.



FORTALECE TU SISTEMA INMUNOLÓGICO

Aliméntate bien, duerme lo suficiente y haz ejercicio.



TU SALUD, NUESTRA PRIORIDAD.
REVÍSATE, INFÓRMATE Y CÚIDATE.